

PSICOLOGÍA 2º BACH

PERSONALIDAD

1. Piensa estas preguntas y trata de dar una respuesta general a ellas.

- ¿Qué fue lo que hizo de Jaime alguien tan generoso que hubiera dado su última moneda a una persona extraña, mientras María encuentra doloroso gastar incluso cantidades modestas? ¿Por qué Juan acepta a la gente como es, mientras María sólo tiene sitio en su vida para aquellos que piensan y actúan como ella? ¿Por qué Inés es habladora y Juan callado? ¿Por qué una persona es muy nerviosa y otra muy calmada? ¿Una respuesta a cuestionar la autoridad en cualquier momento, mientras otra se encuentra cómoda en estructuras ya establecidas?

2. Tratamos de dar una definición de personalidad.

- «Personalidad» viene de «persona», que es un derivado etimológico de πρόσωπον, «prósōpon», que quiere decir «máscara». Era la máscara que se ponían los actores —habitualmente la obra la representaban solo dos actores— para interpretar los diferentes papeles. En la tradición cristiana, Dios es trino, es decir, es uno pero tres a la vez. Uno en esencia, tres en persona. Es la misma esencia que se da de tres maneras. Esta extraña cualidad del dios cristiano logró que la noción de «persona» terminase significando algo parecido a lo que empleamos hoy: si bien compartimos la naturaleza —homo sapiens—, nos diferenciamos en rasgos particulares únicos, y esto es universal para todos —pues todos seríamos hijos de dios—. En Roma, por ejemplo, previo a este proceso cristiano, personas como tales solo se consideraba a los ricos y poderosos dotados de derechos políticos y por tanto dignos de destacar y de ser recordados. Queda un giro más en la historia del concepto al pasar por la Ilustración (s. XVIII), donde persona recoge, no solo el hecho de ser individuos particulares, sino también sujetos de derecho y de dignidad (Kant). Desde entonces, la «persona» viene a significar lo que hoy entendemos como «ser humano».
- «Personalidad», entonces, viene a ser el conjunto de rasgos que tensionan y condicionan a la persona, al individuo humano, haciendo que tenga un comportamiento individual dentro de un entramado social relativamente estable.
- Elementos que entran en juego a la hora de construir la personalidad de un individuo:
 - Padres, abuelos, hermanos, amigos, vecinos, profesores, libros, películas, series, cómics, televisión, publicidad, la historia del país...

3. Esta es la Ventana de Johari que nos habla de nuestra personalidad.



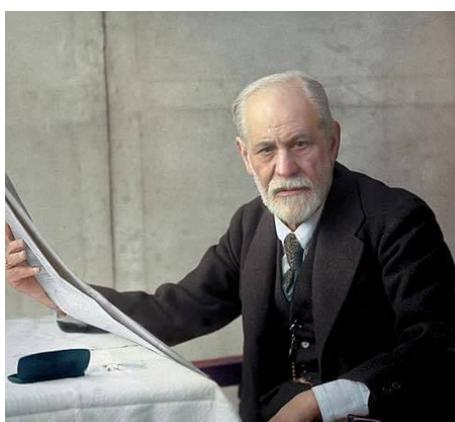
PERSONAJE 1 (un tipo graciosete que en realidad no es tan gracioso)	LO QUE EL PERSONAJE 1 CONOCE DE SÍ MISMO	LO QUE EL PERSONAJE 1 DESCONOCE DE SÍ MISMO
LO QUE LOS DEMÁS CONOCEN DEL PERSONAJE 1	ÁREA LIBRE: Es simpático y hablador, siempre busca hacerse amigo de todo el mundo. Le gusta contar chistes soeces y hacer bromas pesadas. Le gusta rodearse de gente y salir por ahí de fiesta.	ÁREA CIEGA: Se cree muy válido en la empresa, pero en realidad es perezoso y todos lo saben. Cree que es un tipo interesante, pero mucha gente aguanta sus charlas por pena. Y se cree muy gracioso, pero a la mayoría no le hacen gracia sus bromas.
LO QUE LOS DEMÁS DESCONOCEN DEL PERSONAJE 1	ÁREA OCULTA: No puede soportar estar solo, porque siente tristeza. Cuando está solo, le habla a su gato, pero no lo ha dicho a nadie porque teme que le tomen por loco.	ÁREA DESCONOCIDA: A pesar de su aparente sentido del humor, algo que nadie, ni siquiera él sabe, es que tiene mente de sádico homicida. Llegado el momento, secuestrará y hará auténticas maldades a uno de sus compañeros de trabajo que nunca se ríe de sus chistes.

- Dinámica: una vez explicado el funcionamiento de la ventana, cada participante dibujará la ventana y, habiendo escogido a un compañero/amigo, se intercambiarán los papeles. El compañero habrá de llenar la fila «lo que los demás conocen de mí». Se devuelven los papeles y, sin mirar lo escrito por el compañero, llenará la casilla del «área oculta». Finalmente miramos todo y comentamos:
 - ¿Qué te ha sorprendido?

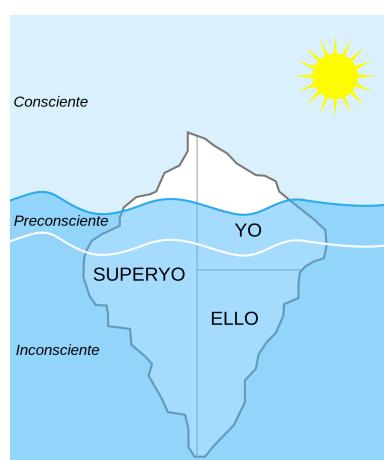
- ¿Consideras que hay errores en las apreciaciones de tus compañeros?
- ¿Cómo te sientes siendo analizado de esa manera?
- ¿Crees que lo que hoy tienes en cada una de las áreas puede llegar a moverse a otra, desaparecer o encontrar nuevos rasgos?
- ¿Cuáles te gustaría que aparecieran y cuáles te gustaría que desaparecieran de cada una de las áreas?
- IMPORTANTE: ¿qué es ese «área desconocida»? ¿Qué podemos hacer con ella? ¿Existe?

4. **PSICOANÁLISIS:** Sigmund Freud (principios s. XX): fue el padre del psicoanálisis. Freud empezó su carrera en Viena, donde vivió durante casi 80 años. Médico privado, se interesó en el tratamiento de los trastornos nerviosos. Primero probó la hipnosis, pero como obtuvo poco éxito con ella, la abandonó. Continuando en la búsqueda de un mejor camino para ayudar a sus pacientes, creyó finalmente encontrarlo en “la cura por la palabra” que había aprendido del doctor Joseph Breuer, a través de la cual los pacientes eran capaces de deshacerse de sus síntomas hablando de sus experiencias y problemas. Freud desarrolló esta técnica dentro de lo que hoy conocemos como psicoanálisis.

A medida que Freud escuchaba a sus pacientes —la mayoría mujeres de mediana edad y de la clase media-alta vienesa—, que le hablaban de sus problemas y le daban cuenta de muchas de sus experiencias, empezó a ver emerger del discurso vías significativas, como la influencia para toda la vida de las experiencias de la primera infancia, la existencia e importancia de la sexualidad infantil, el significado del contenido de los sueños, cómo nuestras vidas son gobernadas por elementos fuertemente enraizados y de los cuales no somos conscientes.



Esta corriente de psicología viene a decir que el individuo se halla en constante conflicto entre sus impulsos biológicos y la necesidad de dominarlos. Desde el punto de vista freudiano, son tres los componentes de la personalidad: el *ello*, el *yo* y el *superyó*.



- El ello, que opera mediante el principio del placer, busca la inmediata gratificación de sus necesidades instintivas. Sin embargo, aquí se encuentra también la *pulsión de muerte* que busca la destrucción del individuo.
- El yo, que opera mediante el principio de la realidad, trata de encontrar formas aceptables para gratificar al ello. El yo se desarrolla poco después del nacimiento, cuando el niño se da cuenta de que no todo lo que quiera lo obtendrá automáticamente y que tendrá que buscar la manera de conseguirlo. Opera mediante el principio de la realidad, por el cual una persona idea un plan y entonces lleva a cabo algún tipo de acción para ensayar ese plan y ver si está en el camino correcto. Así, el bebé gobernado por su ello llora en la cuna hasta que es alimentado; el pequeño que gatea y está hambriento, guiado por su yo consigue llegar a la caja de galletas. El ello (irracional e inconsciente) siente y expresa irracional- mente la emoción; el yo (racional y consciente) piensa y actúa según el análisis de la situación. El yo trata de encontrar una manera de gratificar al ello, mientras sigue considerando la realidad.
- El superyó, la última parte que se desarrolla de la personalidad, aparece en la primera infancia. Opera mediante lo que podríamos llamar el principio de perfección. Representa los valores que los padres y otros componentes de la sociedad comunican al niño como ideales. El superyó procura que el niño interiorice los conceptos de bueno y malo para que pueda así controlar su propia conducta de acuerdo a su propio criterio sobre si una acción es buena o mala. El superyó está formado por el yo ideal (el “deber” por el cual se nos aprueba, al cual aspiramos y del cual nos sentimos orgullosos), y la conciencia (“lo que no debemos hacer”, aquello por lo que somos castigados y por lo que nos castigamos a nosotros mismos a través del sentimiento de culpa).
- El superyó es el amo moral del alma, el agente que trata de prevenir que el ello actúe según sus impulsos, especialmente los sexuales y agresivos. Intenta distraer al yo de su orientación realista y conducirlo hacia una orientación moralista
- superyó está en oposición tanto del ello como del yo, ya que es irracional como el ello, pero controlador como el yo

De acuerdo con Freud, los individuos desarrollan mecanismos de defensa para combatir la ansiedad. Éstos trabajan inconscientemente y distorsionan la realidad. Entre ellos se encuentran el desplazamiento, la sublimación, la represión, la regresión, la proyección, la formación reactiva y la racionalización. Todos caemos en ellas en nuestra vida, pero solo se tornan patológicas en casos graves.

- Desplazamiento: No siempre satisfacemos los instintos directamente; a veces usamos objetos sustitutivos; este proceso es conocido como desplazamiento. Es lo que ocurre cuando reprimes el deseo de gritarle a tu profesor, y entonces vas a casa y le gritas al primer miembro de la familia que tiene la mala suerte de tropezar contigo.

- Represión: ante una situación que provoca ansiedad, al persona bloquea el acceso de la conciencia a ciertas experiencias —no es capaz de recordar algo penoso, no sabe de emociones que sintió hacia alguien, etc.—.
 - Regresión: ante la ansiedad, puede volver a conductas anteriores a lo que provoca la ansiedad en busca de seguridad —por ejemplo, volver a orinar en la cama cuando nace el hermano, tras una pelea matrimonial irse a casa de mamá, etc.—.
 - Proyección: ante pensamientos o acciones inaceptables, el sujeto las proyecta sobre otro —dudar de la fidelidad de una pareja cuando es uno el que está interesado en salirse de la relación, hablar de todo lo que le odia una hermana cuando es él el que tiene ese sentimiento hacia ella, etc.—.
 - Formación reactiva: ante sentimientos inaceptables, los reemplaza por los opuestos. Por ejemplo, una hija que odia a su padre porque siente que favorece a su otra hermana proclama constantemente lo que quiere a su padre.
 - Racionalización: ante una situación desagradable o difícil de justificar, el sujeto ignora esa problemática: La universidad en la que no pudimos entrar a buen seguro no es tan divertida como aquella en la que ahora estamos; el trabajo que no conseguimos hubiera sido un punto muerto para nosotros; el novio que perdimos podría habernos privado de conocer a la persona, mucho más valiosa, con la que salimos ahora, etc.
- **Ejercicio:** busca ejemplos en tu vida cotidiana, ya sean tuyos, de tus familiares, de tus amigos, de películas que hayas visto, de libros que hayas leído, o de quien se te ocurra, que se ajusten a estos mecanismos psicológicos de la personalidad.

Origen de la personalidad: según Freud, la personalidad queda completamente determinada en la infancia, la cual divide en cinco etapas. La correcta salida de cada una de ellas dará lugar a individuos maduros y equilibrados, pero estancarse en alguna de ellas dará lugar a patologías y neurosis. Cuatro de estas etapas reciben su nombre por las partes del cuerpo que son fuentes primarias de gratificación en cada fase. Esas partes del cuerpo son llamadas zonas erógenas. Una persona cuyas necesidades no fueron satisfechas en alguna etapa o que estuvo mimada excesivamente en algunas de ellas puede llegar a quedar fijada en una etapa particular. El progreso de una etapa a otra es ineludible, aunque los tiempos pueden variar en función de la madurez del niño. Las tres primeras etapas son las fundamentales en la maduración.

- La **etapa oral** (del nacimiento a los 12 o 18 meses): la zona erógena es la boca, a través de la cual el bebé consigue placer con la comida, chupando y mordiendo. Suctionando logra más que la simple obtención de nutrición para el cuerpo; es una fuente de placer en sí mismo. Una persona fijada en la etapa oral puede, de mayor, volverse tan crédulo que se tragará cualquier cosa, será una persona dependiente y sentirá el mismo placer en absorber conocimientos y adquirir posesiones que el que sentía de pequeño con la comida .

- La **etapa anal** (12 o 18 meses a los tres años): durante el segundo año la zona erógena se traslada al ano a medida que el niño aprende a controlar la evacuación. Los bebés encuentran sexualmente gratificante el acto de retener o expulsar las heces. El entrenamiento en hábitos de limpieza es importante: el niño que es entrenado de una manera demasiado estricta llega a ser obsesivamente limpio, cruel y destructivo, obstinado y avaro, mientras que el que es gratificado exageradamente al producir movimientos intestinales querrá también ser productivo en otros terrenos.
- La **etapa fálica** (de tres a seis años): esta etapa, que toma su nombre de la palabra falo, término utilizado para designar el pene, empieza cuando el niño obtiene placer en la región genital. Este punto es el momento en el que el niño puede descubrir la masturbación
 - Complejo de Edipo: entra en esta etapa. El niño, obsesionado con su madre, ve que ella no le desea a él únicamente, sino también a su padre, que pasa a ser un competidor por el amor de su madre. Sin embargo, el padre es más fuerte que él y el principio de realidad hace que el niño opte, por temor, por reprimir sus impulsos, se abstiene de competir y se identifica con él con el inconsciente deseo de convertirse en él.
 - Complejo de Electra: este concepto fue acuñado por el discípulo, amigo y, finalmente, rival de Freud, Carl Gustav Jung. La niña se enamora de su padre y encuentra en la madre a una rival. La niña cree que su madre fue la que le cortó el pene que originalmente tenía, y posiblemente le haga cosas peores si sigue compitiendo por el amor del padre. Reprime de nuevo sus instintos y se identifica con ella.
 - Freud creyó que las niñas pequeñas nunca resuelven completamente la envidia del pene (presentando generalmente a las mujeres en una actitud envidiosa y sufriendo la propia subestimación) y que, en cualquier caso, no resuelven esta etapa tan bien como los niños, manifestándose esto en un superyó menos desarrollado que el de los varones
 - Para los seis años el niño debería haber resuelto su complejo de Edipo y haber salido del complejo de castración identificándose con su progenitor del mismo sexo. Así, aliviaría su tensión por los malos pensamientos —asesinos— asimilando las normas y conductas del padre/madre, es decir, creando finalmente un superyó.
- La **etapa de latencia** va de los seis años a la pubertad y se caracteriza por una calma sexual. Se tiende a evitar al sexo contrario y las exploraciones son masturbatorias.
- La **etapa genital** avanza a partir de la pubertad y se acompaña de los cambios hormonales. Entra la sexualidad madura cuya principal tarea es la de tener relaciones heterosexuales ajenas a la familia.

Críticas en varios frentes:

- Centrar la personalidad y la conducta sobre el instinto sexual infantil.

- Considerar a las mujeres inferiores al hombre. Serían criaturas inferiores anatómicamente (porque al no tener pene no experimentan el conflicto de Edipo o la ansiedad de la castración), moralmente (porque al no experimentar esos dos conflictos, no desarrollan un superyó tan fuerte como los chicos) y culturalmente (porque al no tener un superyó tan fuerte no son capaces de sublimar sus deseos más básicos en trabajos productivos y creativos que harían avanzar la civilización).
- Ver al ser humano como un madero flotando en medio de una tormenta de instintos. Todos sus experimentos fueron a partir de individuos enfermos, no apreciando la fuerza de una psique sana.
- Dificultad para experimentar y comprobar sus teorías. Se han realizado miles de intentos para probar las teorías de Freud con resultados diversos (Fisher y Grenberg, 1977). Los logros de la investigación concuerdan en la evidencia de los tipos de personalidad oral y anal, los sentimientos eróticos de los niños hacia el progenitor del sexo opuesto y su hostilidad hacia el progenitor de su mismo sexo, y de los miedos de los varones a la castración en relación con la excitación erótica. Otra investigación, en cambio, indica que la identificación ocurre por razones que tienen mucho más que ver con características de los padres, como calor y cuidado y no con «el miedo al agresor»; que las mujeres logran gratificación sexual tan fácilmente como los hombres, y que, en contra de la noción de la «envidia del pene», las mujeres aceptan por lo general mejor sus cuerpos que los hombres. Respecto al psicoanálisis como terapéutica, todavía no se ha llegado a una conclusión: sobre la base de la investigación disponible existen tantos datos de su eficacia como de su inutilidad.

Carl Gustav Jung: Considerado en un tiempo por Freud como su heredero en el trono, Jung, médico suizo, rompió con Freud por razones personales e intelectuales. Las mayores diferencias teóricas se refieren al rechazo de Jung de la sexualidad como el principal determinante de la conducta, su convicción de que la vida está dirigida en su mayor parte por las metas positivas y los objetivos que cada uno se establece y no sólo por factores intelectuales reprimidos, y su énfasis en el crecimiento y el cambio a lo largo de la vida, en contraste con la creencia de Freud de que la personalidad quedaba inalterablemente establecida ya en la infancia.

El aspecto más controvertido de la teoría de Jung es su creencia mística en los orígenes raciales o históricos de la personalidad. Defendió que las raíces de la personalidad son muy anteriores al nacimiento del individuo, se remontan a lo largo de generaciones, hasta la aurora de los orígenes de la especie humana. Jung opinaba que la mente está constituida por el yo (la mente consciente), el inconsciente personal (material reprimido u olvidado) y el inconsciente colectivo (la parte de la mente derivada de los recuerdos ancestrales).

Alfred Adler: rompió con él por sus diferencias respecto a la sexualidad y el papel del inconsciente. Adler creyó que el individuo era primariamente social, no sexual, que los motivos sociales son más poderosos que los sexuales, que el estilo de vida que una

persona elige determina cómo ha de satisfacer sus necesidades sexuales y no al revés y qué es más importante explorar esa conducta consciente y dirigida a una meta que la motivación inconsciente. Aunque creyó que la naturaleza social del sujeto es innata, también mantuvo que los tipos de experiencias sociales que uno tiene con los demás (especialmente padres y hermanos) durante la infancia, influyen en la manera de establecer sus relaciones a lo largo de la vida.

Adler acuñó el término complejo de inferioridad. Creía que los individuos, algunas veces, tratan de equilibrar sus sentimientos de inferioridad, compensándolos, desarrollando lo que llamó complejo de superioridad. Es posible que su interés en el tratamiento de los sentimientos de inferioridad y la importancia de las primeras experiencias provenga de su propia infancia enfermiza.

5. **CONDUCTISMO.** Con la publicación, en 1913, del artículo *La psicología, tal como la ve el conductista*, escrito por John B. Watson (1878-1958), nació la nueva escuela conductista sobre los experimentos del biólogo ruso Iván Pavlov (muere en 1936), que se había desarrollado a partir de los estudios del comportamiento animal. Los conductistas pensaban que no valía la pena imaginarse lo que la gente ve o siente y cómo piensan y por qué. En su lugar se concentraron en lo que realmente podían ver. Dicho de otra forma, estudiaban comportamientos y hechos *observables*. Reemplazaron la introspección, como método de investigación, por estudios de laboratorio sobre el condicionamiento, un tipo de aprendizaje. Si se podía determinar el tipo de respuesta que daría una persona o un animal frente a un estímulo determinado, se conocería lo más importante de la mente.

Pavlov y el perro.

Watson y el pequeño Albert.

○ **Watson:** Según este punto de vista, el recién nacido es como una hoja en blanco en el que la pluma del ambiente escribirá tanto la personalidad como el destino del niño. La aproximación ambientalista (John B. Watson, 1924) concibe a los seres humanos como infinitamente maleables, no sólo en la infancia, sino durante toda la vida. Watson creyó, por ejemplo, que la mayor parte de las emociones son aprendidas. En el experimento

del “pequeño Albert”, considerado un experimento clásico, Watson mostró cómo el miedo puede ser condicionado en un bebé.

- **Burrhus Frederic Skinner** (mediados y finales del s. XX): es el padre de la escuela conductista. Según esta línea, el individuo forma su personalidad a partir de recompensas y castigos. Lo que llamamos “personalidad”, con lo que ello implica de motivación inconsciente, aspectos subyacentes de tipo moral y rasgos emocionales, simplemente no existe. La conducta humana, afirma, es función de los diferentes tipos de actividad que realizamos o no, según que en el pasado hayamos sido castigados o recompensados por haberlos realizado y según las consecuencias que esperamos en lo futuro. Las recompensas son mucho más poderosas que los castigos para generar una determinada conducta. Es meramente el resultado del encadenamiento de un número de secuencias de estímulo-respuesta .
- Caja de Skinner: Imagina que quisieras enseñar a una rata a presionar una palanca en el aparato especial de aprendizaje llamado la caja de Skinner. Podrías programar la caja de Skinner para que deje caer pequeñas bolas de comida de rata cada vez que la palanca sea presionada, y posteriormente esperarías —y esperarías y esperarías— a que la rata presione la barra. Esta estrategia podría funcionar con el tiempo, la rata *podría* accidentalmente presionar la palanca las veces suficientes para adquirir el reforzamiento de las bolitas de comida, lo que bastaría para hacer de esto una respuesta frecuente, pero sería muy tedioso y largo. Las ratas por lo general no andan por la vida presionando palancas. Cuando son colocadas en la caja de Skinner, se acicalan, muerden las paredes, orinan, defecan y olfatean mucho, pero no presionan palancas. ¿Cómo entonces puedes enseñarle a este poco cooperativo roedor a presionar la palanca? Se utiliza el moldeamiento. Primero, cada vez que la rata se levante y vaya *hacia la palanca*, dale una bolita de comida. Después de hacer esto unas cuantas veces, la rata debería dirigirse con frecuencia hacia la palanca. Posteriormente, puedes esperar hasta que *toque* la palanca de cierta manera para reforzarla. Haz esto unas cuantas veces y espera entonces hasta que la *toque presionando ligeramente hacia abajo* (si en cualquier momento has fallado en cuanto a reforzarla lo suficiente, puedes regresar un paso). A continuación, una vez que toque con seguridad la palanca en dirección descendente, debería tener una alta probabilidad de *empujarla lo suficiente hacia abajo* para activar el alimentador automático, que la reforzará por la respuesta completa de presionar suficiente la palanca hacia abajo.
- Reforzamiento positivo. Experimento: A principios de la década de 1960, un equipo de maestros de preescolar condujo un estudio clásico en el que ayudaban a una niña a superar su timidez, en lo que se ha convertido en un ejemplo ampliamente citado del principio de reforzamiento positivo. Los maestros estaban preocupados porque la niña pasaba muy poco tiempo jugando con otros niños y mucho tiempo con sus maestros

adultos. Decidieron animarla a jugar con otros niños mediante reforzamiento positivo. Sabían que a ella le gustaba que la elogiaran sus maestros, así que decidieron elogiarla sólo cuando estaba jugando con otro niño. Para poder evaluar los resultados de su programa de reforzamiento positivo, los maestros primero contaron la frecuencia con que la niña interactuaba con otros niños y con adultos antes de que cualquier cosa se hiciera para ayudarla. Posteriormente, empezaron a reforzarla positivamente (elogio) por jugar con otros niños, y en otras circunstancias no le prestaban mucha atención (de modo que recibiera reforzamiento positivo de sus maestros sólo por jugar con sus compañeros). La frecuencia con que la pequeña jugó con compañeros se incrementó notablemente cuando los maestros la reforzaron. Para estar seguros de que el reforzamiento positivo y no algún otro factor era el responsable de los cambios, los maestros dejaron de reforzarla por jugar con niños y posteriormente la reforzaron de nuevo. La frecuencia de juego con compañeros cayó cuando el reforzamiento positivo se frenó, pero subió de nuevo cuando fue retomado.

- Dos principios básicos del refuerzo positivo:

- inmediatez: debe darse el reforzador en periodo corto desde que se produjo la conducta para que el aprendizaje sea eficiente.
- y consistencia: debe darse el reforzados siempre o casi siempre tras la conducta.

- Programas de refuerzo:

- I. *Razón fija*: el reforzados se da tras un número de respuestas. Al niño se le da un premio cada 5 tareas realizadas en casa —ordenar el cuarto, recoger la mesa, etc.—. La tasa de respuesta y aprendizaje es razonablemente alta. Hay una pausa tras cada reforzados obtenido.
- II. *Razón variable*: el reforzador se da tan solo después de un número variable de éxitos. El ejemplo más visible son las máquinas tragaperras. El aprendizaje es casi permanente. No se puede anticipar cuándo llegará el refuerzo, pero se sabe que anda cerca.
- III. *Intervalo fijo*: el refuerzo se da con el tiempo, es decir, se refuerza la conducta al aproximarse un momento determinado, como los políticos, que llegado el periodo electoral visitan las distintas provincias y a los actores sociales a los cuales ignoraron durante el periodo alejado de las urnas. Esto provoca que la conducta surja cuando se aproxima el momento del refuerzo, quedando en letargo el resto del tiempo.
- IV. *Intervalo variable*: la respuesta obtenida después de un periodo de tiempo que varía es reforzada, como la del pescador que no sabe cuándo le van a picar pero que una vez logrado refuerza su conducta. Es, al igual que en el caso de la razón variable, un programa muy fuerte para asentar una conducta.

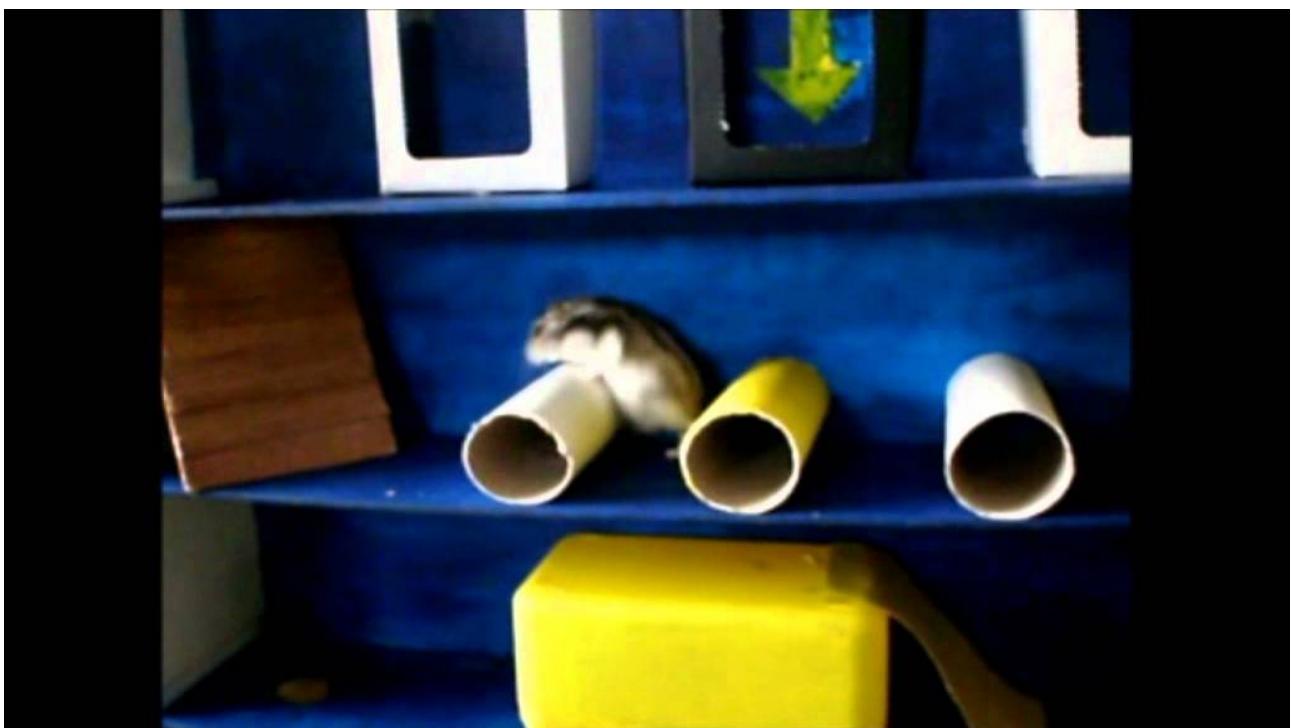
- Reforzamiento negativo: una conducta es reforzada porque algo negativo desaparece o es aliviado. Por ejemplo, en los meses posteriores al confinamiento por la Covid-19, quien no llevase mascarilla por la calle era objeto de reprobación, directa con reproches, o sutil con miradas de desaprobación. De esta manera, para evitar esa

situación, incluso quien no creyese en la utilidad de la mascarilla terminó por ponerla para evitar una situación incómoda.

- *Condicionamiento de escape:* la conducta provoca que el evento negativo cese. Por ejemplo, si un niño es enviado a su cuarto cinco minutos como castigo, esta es una situación muy negativa para él. Si comienza a llorar suavemente y a murmurar lastimosamente que nadie lo quiere, y si esto causa que su padre le levante el castigo y lo deje salir antes del cuarto, entonces el reforzamiento negativo puede ocurrir. ¿Qué conducta sería fortalecida? Es probable que el niño sea mucho más proclive a actuar lastimosamente la siguiente vez que sea enviado a su cuarto, dado que logró que algo negativo —el confinamiento— cesara. Por lo tanto, se considera que el condicionamiento de escape es una forma de reforzamiento negativo, porque algo negativo es removido
- *Condicionamiento de evitación:* a conducta tiene la consecuencia de causar que algo negativo *no* suceda cuando de otro modo sucedería. Imagina que estás aterrorizado de los perros rottweiler, pero la ruta que caminas a la escuela te lleva por un patio donde hay un violento rottweiler enjaulado. Si encuentras una nueva ruta que no te enfrenta a ningún rottweiler, es probable que tomes ésta, dado que provoca que el suceso negativo de pasar frente al rottweiler no ocurra
- Castigo: es una herramienta útil pero peligrosa. Puede que el castigo evite ciertas conductas, pero conlleva riesgos si no se utiliza con mucho cuidado:
 - *refuerzo al castigador:* el parental que da ñalgadas al hijo para que deje de hacer alguna cosa y lo logra refuerza esta conducta. Estas pueden aumentar en intensidad y frecuencia puesto que el castigo puede ir perdiendo eficacia.
 - *efecto inhibidor:* puede provocar que el que sufre el castigo no cambie su conducta, sino que se retire completamente. El niño que recibe la ñalgada por contestar deja de hablar, el compañero de juegos que recibe la reprimenda por errar abandona el partido, etc.
 - *agresividad como respuesta:* el que recibe el castigo puede reaccionar violentamente contra el castigador en vez de cambiar su conducta.
 - *trampa de la crítica:* la crítica, el castigo, no siempre anula la conducta, sino que puede reforzarla. El ejemplo más claro es el parental que critica la conducta de su hijo sin darse cuenta de que esa conducta busca precisamente llamar la atención de su parental, aunque esta atención se canalice en forma de riña.
 - el castigo puede suprimir la conducta, pero necesita inmediatamente dejar una puerta abierta para saber cuál es la conducta correcta.

- Cómo emplear correctamente el castigo.
 - I. No usar castigos físicos. No son eficaces y suelen provocar conductas más problemáticas. Mandar al niño a una esquina, quitar algún juguete unos días, etc., es más eficaz.
 - II. Castigar inmediatamente. Demorar el castigo resulta confuso e ineficaz.
 - III. Reforzar la conducta apropiada para que tome el lugar de la inapropiada.
 - IV. Aclarar qué está mal, qué se debe hacer para que esté bien, y prometer —y cumplir— quitar el castigo tan pronto como se encauce la situación. Castigar la conducta, no la persona.
 - V. No mezclar castigos y recompensas —por ejemplo, reñir por pelear pero abrazarle mientras se le disculpa—.
 - VI. No retractarse con el castigo a pesar de los ruegos. De hacerlo, se reforzaría la súplica.

- Ver experimento con ratón.



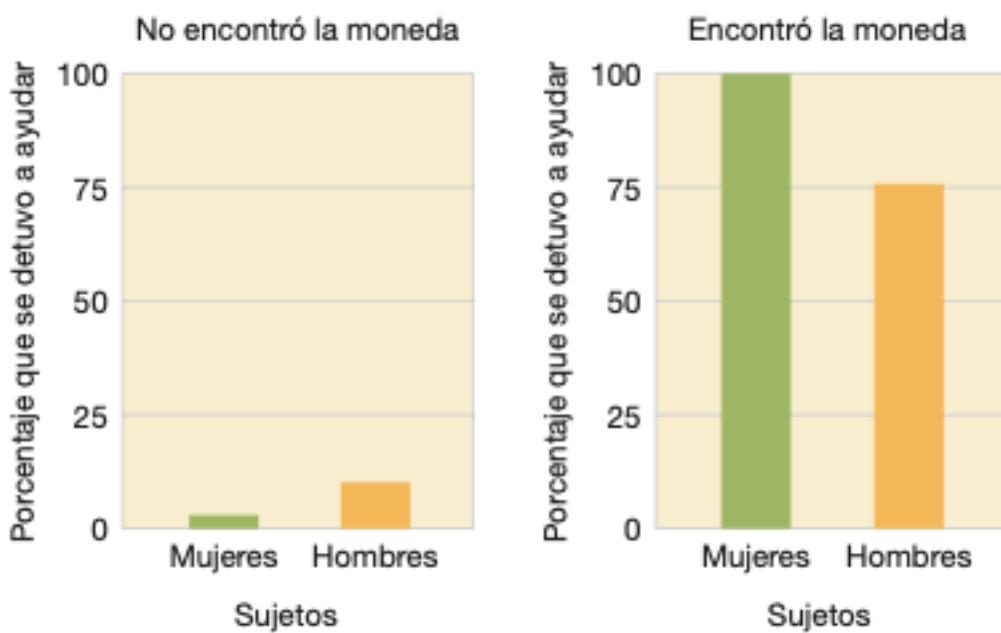
- ¿Funciona la publicidad de forma semejante?

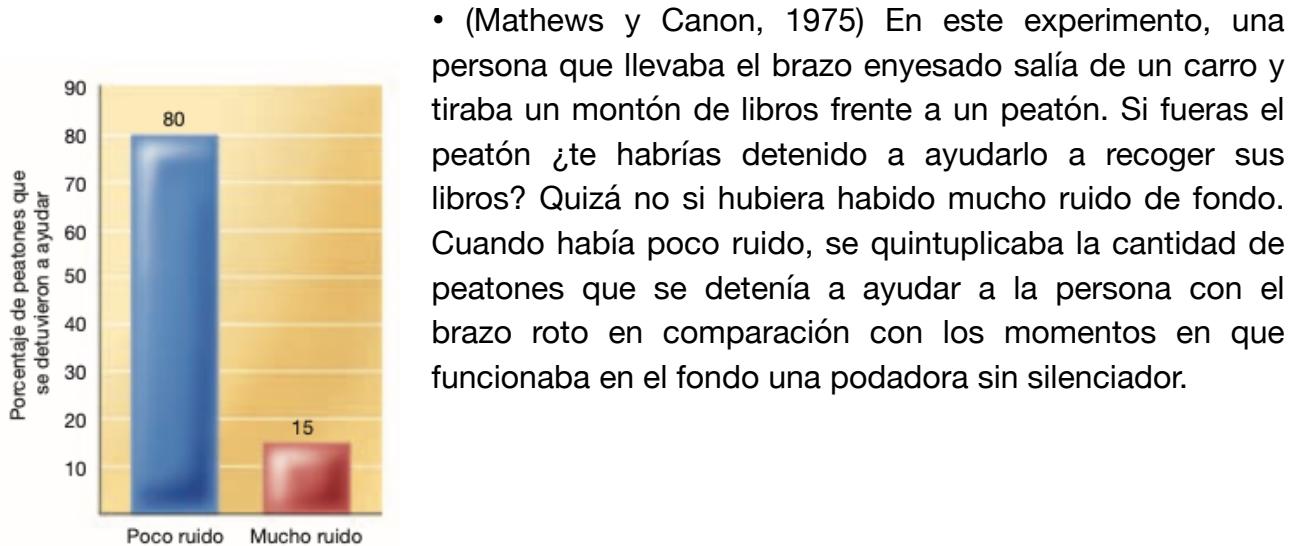
Ejercicio: los alumnos se han de juntar en grupos donde alguno de los miembros tenga una mascota. El experimento se hará con ella enseñándole, como en el ejemplo del laberinto del ratón o modulaciones de la caja de Skinner, alguna conducta a base de refuerzos. Se mostrarán los resultados en clase –vídeo– y se explicarán qué mecanismos y programas se han empleado.

6. **Situacionismo:** es una escuela que viene a decir que la personalidad es específica a cada situación en función del contexto y que está condicionada por lo que la precede y rodea. Para ellos, La conducta parece surgir de una interacción entre las características dominantes de la personalidad y la situación particular en la que se encuentra el individuo.

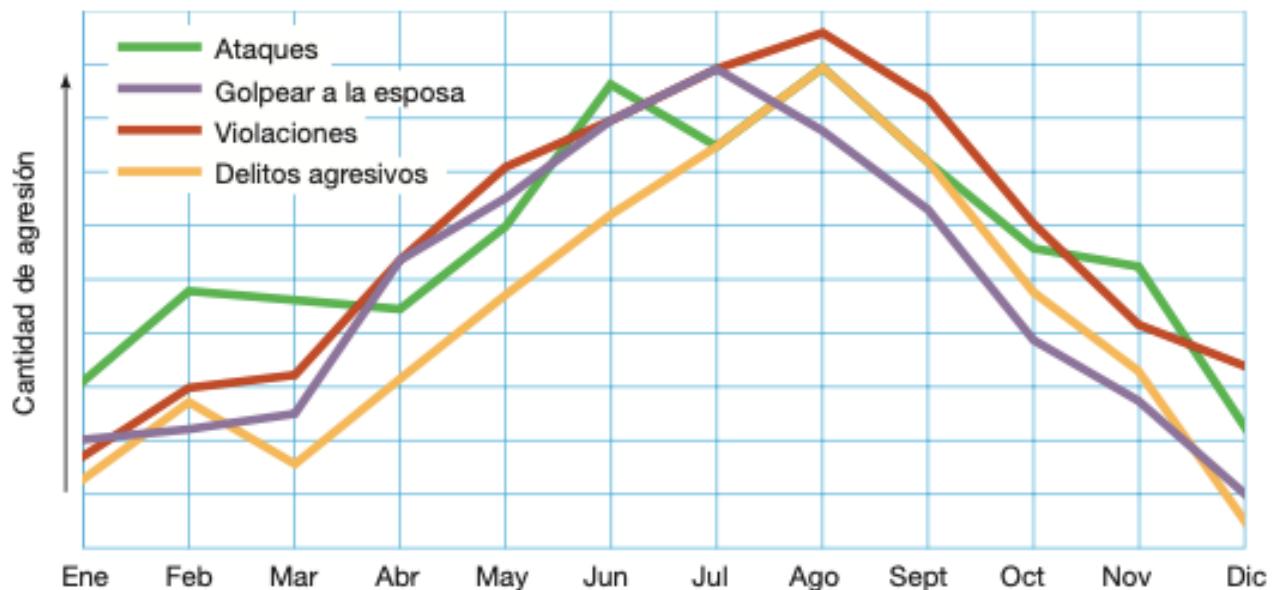
- Lee el siguiente experimento:

- «Un estudio clásico (Isen y Levin, 1972) que arroja luz sobre los efectos de los aspectos sutiles de las situaciones sobre los rasgos procedió de la siguiente manera: un experimentador varón depositó una moneda en la cabina telefónica de un centro comercial cubierto y trató de hacer una llamada. Actuó como si no hubiera respuesta, colgó y se fue. En ocasiones dejaba la moneda en el aparato y otras veces la tomaba. Una experimentadora miraba aparadores cerca del lugar, esperando a la siguiente persona que usara el teléfono. El usuario del teléfono podía ser hombre o mujer pero sólo se le elegía para participar en el experimento si estaba solo y no llevaba nada. Cuando la persona —que no tenía idea de que estaba participando en un experimento de psicología— dejaba la cabina telefónica, la experimentadora caminaba frente a ella y dejaba caer una carpeta llena de papeles».





- Influencias situacionales en la agresividad: a menudo hablamos de actos lamentables de violencia humana que fueron cometidos “al calor del momento” o que fueron actos de “exaltación”. Craig Anderson (1989) revisó un gran número de estudios que dejan claro que esas frases contienen una sabiduría no buscada acerca de las influencias situacionales sobre la agresión: los actos violentos que son cometidos en emociones “acaloradas” son más comunes cuando la temperatura física del clima es caliente.



Fuente: Las datos de las gráficas se tomaron de K. E. Mathews y L. L. Canon en *Journal of Personality and Social Psychology*, 32, 571-577, 1975.]

7. A la vista de todo lo expuesto, piensa en ti mismo y valora:

- ¿Qué situación se tiene que dar para que estés más receptivo a mantener una charla importante con tus padres?
- ¿Qué situación se tiene que dar para que puedas estar concentrado en los estudios o en alguna otra tarea?
- ¿Qué situación se tiene que dar para que reacciones con demasiada rudeza ante un amigo?
- ¿Qué situación se tiene que dar para que puedas dejar en blanco tu mente?
- ¿Qué situación se tiene que dar para que contestes mal a un familiar?
- ¿Qué situación se tiene que dar para que estés preparado al 100% ante un examen?
- Finalmente, ¿puedes controlar y gobernar esas situaciones para tu beneficio?

8. Ver película *Un monstruo viene a verme* y el corto *Zima Blue*.

- Emplea el armamento conceptual del psicoanálisis y del conductismo para dar cuenta de lo que allí sucede. Haz un comentario crítico a esos armamentos.